

## SYLABUS PRZEDMIOTU

Formy ruchu z przyborem nietypowym

Liczba punktów ECTS: 1

Kod Przedmiotu: P05

Kategoria przedmiotu/modułu: Przedmioty do wyboru Moduł II

Kierunek studiów:	Fizjoterapia
Forma studiów:	Stacjonarne
Poziom studiów:	Jednolite studia magisterskie
Profil studiów	Praktyczny
Jednostka prowadząca:	Wydział Nauk o Zdrowiu
Język wykładowy:	Polski
Koordinator przedmiotu:	

### 1. Sumaryczna liczba godzin

Forma kształcenia		Łączna liczba godzin
Bezpośredni kontakt z nauczycielem akademickim	Wykład	-
	Laboratoria	-
	Ćwiczenia audytoryjne	20
	Seminaria	-
	Konsultacje	-
Godziny studenta		10
<b>SUMA GODZIN</b>		<b>30</b>

### 2. Formy zaliczenia przedmiotu

Forma zajęć	Liczba godzin	Semestr	Rok studiów	Forma zaliczenia przedmiotu (E, Z/O, Z)
Wykład	-	-	-	-
Seminaria	-	-	-	-
Ćwiczenia audytoryjne	20	II	I	Z/O

### 3. Cel przedmiotu

- C1. Celem przedmiotu jest prowadzenie różnych form działań ruchowych z wykorzystaniem niestandardowych przyborów.
- C2. Nabycie umiejętności posługiwania się przyborem nietypowym, wdrażanie do eksperymentowania z różnymi przyboremami w celu uatrakcyjnienia zajęć.

#### 4. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i postaw

1. Umiejętność pracy samodzielnej
2. Umiejętność pracy zespołowej

#### 5. Oczekiwane efekty uczenia się

Nr efektu	Szczegółowe efekty uczenia się (wg. STANDARDU KSZTAŁCENIA PRZYGOTOWUJĄCEGO DO WYKONYWANIA ZAWODU FIZJOTERAPEUTY Dz. U. 2019 poz. 1573)	Metody weryfikacji efektów uczenia się (egzamin, kolokwium, prezentacja, praca samokształceniowa, dyskusja, dziennik, obserwacja pracy studenta, analiza przypadku, .....)			
		Praca samokształceni owa	Zaliczenie	Obserwacja pracy studenta	Egzamin

#### Wiedza

##### W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie:

A.W16	podstawy uczenia się kontroli postawy i ruchu oraz nauczania czynności ruchowych;		X	X	
B.W11	czynniki decydujące o zdrowiu oraz o zagrożeniu zdrowia;			X	

#### Umiejętności

##### W zakresie umiejętności absolwent potrafi

A.U12	ocenić poszczególne cechy motoryczne;			X	
B.U9	wykazać umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności fizycznej (rekreacyjnych i zdrowotnych);		X		
C.U7	wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń;		X	X	

#### 6. Kryteria oceny efektów uczenia się

na ocenę 2.0	na ocenę 3.0	na ocenę 3.5	na ocenę 4.0	na ocenę 4.5	na ocenę 5
Student nie opanował zakładanych efektów uczenia się	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 55-64%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 65-74%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 75-84%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 85-94%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 95-100%

#### 7. Treści programowe

L.p.	Tematyka
1.	Smovey - historia, właściwości, charakterystyka. Techniki postępowania się tym przyborem.
2.	Gimnastyka ze Smovey w pozycjach wysokich. Kroki, ruchy ramion, dobór muzyki.
3.	Gimnastyka ze Smovey w pozycjach niskich. Automasaż z wykorzystaniem wibracji.
4.	Krzesełko jako przybór wspomagający gimnastykę ogólnousprawniającą. Ćwiczenia i zabawy z krzesłem w pozycjach wysokich. Ćwiczenia i zabawy z krzesłem w pozycjach siedzącej i leżącej.

5.	Ćwiczenia i zabawy ogólnousprawniające z wykorzystaniem kijków (Flexi Bar, kij gimnastyczny, Nordic walking)
6.	Inne przybory nietypowe i wykorzystanie ich do usprawniania motorycznego (butelki plastikowe, gazety, sznurki, ręczniki, balony).
<b>8. Narzędzia dydaktyczne</b> (prezentacja multimedialna, programy komputerowe, filmy, plansze, sprzęt specjalistyczny, narzędzia, odczynniki)	
Smovey, krzesła, Flexi Bar, kij gimnastyczny, kije nordic walking, butelki plastikowe, gazety, sznurki, ręczniki, balony.	
<b>9. Literatura podstawowa i uzupełniająca</b>	
<b>Literatura podstawowa:</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. E. Shifroni, <i>Joga z krzesłem. Praktyka jogi lyangara z użyciem krzesła</i>, wyd. Galaktyka, 2018 r.,</li> <li>2. A. Roślawski, T. Skolimowski, <i>Technika wykonywania ćwiczeń leczniczych</i>, wyd. PZWL, 2023 r.,</li> <li>3. M. Kuleczka-Raszewska, <i>Ćwiczenia korekcyjno-terapeutyczne dla dzieci z wykorzystaniem nietypowych przyborów</i>, wyd. Difin, 2019 r.,</li> <li>4. I. Buck, <i>Gimnastyka izometryczna dla zdrowia i urody</i>, wyd. PZWL, 2015 r.</li> </ol>	

**Sylabus obowiązuje dla naboru od: 1 października 2024**